

Enfants opposants avec ou sans provocation : Que faire?

Lutter contre votre sentiment d'impuissance et d'isolement :

Parents : *Prenez soin de vous* ! Souvent le sentiment d'impuissance et l'épuisement s'accumulent, mais sachez que l'opposition avec ou sans provocation n'est pas forcément due à un manque d'encadrement ! N'hésitez pas à vous faire aider et à partager avec des professionnels qui pourront vous aider.



Comment se manifeste l'opposition avec ou sans provocation ?

L'enfant montrant un trouble d'opposition est souvent très **exigeant avec son entourage**. Il aime faire **culpabiliser** ses parents...

Il va souvent **saboter** les bons moments. Il apprécie peu les compliments. Il **se dévalorise** et parfois, il **refuse** les marques d'affection ou **rejette** le parent avec des **paroles blessantes**.



Comment réagir ?



Papa et Maman doivent rester **solides** ! Même si le comportement de votre enfant vous déstabilise ou vous blesse, **il ne faut pas se laisser envahir par les émotions**. Il faut surtout éviter de les montrer à votre enfant...

Ne pas le rejeter, il doit savoir que votre **amour est inconditionnel** peu importe son attitude. Ne pas lui dire des choses blessantes ou dévalorisantes.

Ne jamais prononcer des mots devant lui comme **"Je n'en peux plus"**
"J'ai tout essayé avec toi" **"rien ne marche"** **"tu es méchant"**
"Tu me fais de la peine"



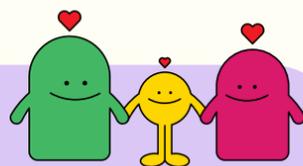
Mettre en place des règles à la maison

Il faut **peu de règles**, mais elles ne doivent **jamais changer** !

Si les quelques **règles ne sont pas respectées = Sanction**

Faire comprendre à votre enfant que **collaborer** c'est toujours **payant** et adapter la récompense à ce qu'il aime: **un câlin, un compliment, un temps de jeu supplémentaire, un moment privilégié avec papa ou maman...**

Rappel des 3 enjeux



- L'enfant doit être en confiance (le parent ne doit pas perdre le contrôle de ses émotions, ni se déstabiliser)
- Il doit savoir que collaborer est toujours payant, si les règles ne sont pas respectées, il y a toujours une **sanction**.
- Lui faire un retour positif, jamais de phrases négatives, il doit toujours se sentir aimé.

Vous avez besoin d'aide, un conseil ? Des professionnels peuvent vous aider !

